



Pokyny k „počítaniu dotykom“

„Počítanie dotykom“ je dôležitou súčasťou cviku.

Pomáhajúca osoba sa **5x dotkne dieťaťa jedným prstom**.

Dieťa počíta nahlas pri každom dotyku (t.j. 1 až 5).

To sa deje v časovom intervale **približne 8 sekúnd**.

Spôsob dotyku

- v odlišných časových intervaloch, **čiže nie rytmicky**;
- často prechádzať cez **stredovú líniu tela**, t.j. dotyky na oboch poloviciach tela;
- dotyky sú **v rôznej intenzite / sile prítlaku**, ale v žiadnom prípade nie sú príliš silné.

Keď sa uvedené body zohľadnia, nebude „Počítanie dotykom“ uspávajúcou rutinou.

Informácie:

„Počítanie dotykom“ poskytuje mozgu prestávky, ktoré potrebuje labyrint (rovnovážny orgán vo vnútornom uchu), aby stabilizoval navnímanie polohy tela.

Účinnok „Počítania dotykom“

- nabudenie a podpora propiocepcie (vlastného vnímania tela)
- aktivácia rečového centra
- striedavá stimulácia oboch hemisfér a tréning ich spolupráce